KONICA MINOLTA

NO.362
2023.4.3

けんぽニュース

TOPICS

- ご家族が就職したら、扶養からはずす手続きが必要です!
- 6月より被扶養者資格調査を実施します
- 本年度予算の概要・保険料率について
- 胃がん検診内容が変更になります!
- 2023年度 家族向け健康診断（けんぽ共同健診）のご案内
- 夏季&冬季休暇のお知らせ
- からだ喜ぶ健康レシピ「7色かやくご飯」

●あなたとご家族の健康を守る大切なお知らせです。ご家族の皆様と一緒にお読みください。

被扶養者（ご家族）の状況に変化があったときは届け出をお願いいたします

扶養にしているご家族が就職したなど日常の生活実態が大きく変化したときは、扶養からはずす手続きが必要になります。※1

この手続きは自動的に行われません。会社へのweb申請等とは別に、当健保組合専用の申請書提出と扶養からはずれるご家族の保険証の返却をお願いいたします。

※1　健康保険法施行規則第38条。被扶養者に変更があったときは、その都度、健康保険組合に届け出なければならない。

扶養からはずれるとき

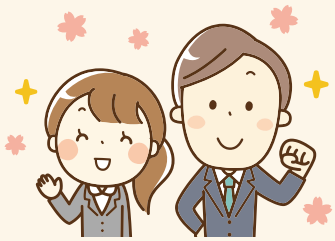
❶就職したとき

被扶養者が就職などで勤務先の健康保険に加入した場合、当健保組合の扶養からはずす手続きが必要です。

❷被扶養者（60歳未満）の年間収入が130万円・月額平均108,333円※2を超えると見込まれるとき

パートやアルバイト先で健康保険に加入できない場合でも、月額平均108,333円以上の収入が見込まれる場合は、就職日以降、扶養からはずす手続きが必要です。収入とは、通勤交通費を含む給与のほか、年金（非課税を含む）、事業収入、不動産収入など、継続的な収入がすべて含まれます。学生でも、月額平均108,333円以上の収入が見込まれる場合は、扶養からはずす手続きが必要です。月額平均108,333円未満であっても勤務先の健康保険に加入した場合には、加入日以降、扶養からはずす手続きが必要です。

※2　60歳以上、または障がいがある場合は年収180万円・月額平均150,000円となります。



❸退職して、雇用保険の失業給付金を受給するとき

60歳未満の方は日額3,612円以上、60歳以上の方は日額5,000円以上を受給するときは、扶養からはずす手続きが必要です。

❹お子様が結婚したとき

お子様の結婚により扶養関係がなくなったときは、扶養からはずす手続きが必要です。

❺同居が条件の被扶養者と別居になったとき

配偶者の父母など同居が条件の被扶養者と別居になったときは扶養からはずす手続きが必要です。

注意：被扶養者は同一世帯・同一生計であることが条件ですが、配偶者や子は別居したときも、被保険者の毎月の送金により生計が成り立っていれば被扶養者となれます。毎月の送金証明書の提出を求める場合（単身赴任、子の通学は除く）がありますので、保管をお願いいたします。

＊配偶者、子、孫、父母･･･別居したときは送金が必要（毎月の送金証明書の保管）

＊配偶者の父母、子の配偶者など･･･別居したときは扶養からはずす手続が必要

Q 扶養からはずれる手続きをしないと、どうなりますか？

A 保険証を使ったときは医療費を返還していただきます

被扶養者資格がなくなっているにもかかわらず、手続きを忘れて当健保組合の健康保険証を使用して受診された場合は、遡って脱退となるとともに、その間に発生した医療費及び各種給付金、健診費等が返還請求の対象となります。

Q 扶養からはずれるときはどのような手続きが必要ですか？

A 手続きは自動的に行われません。会社へのWeb申請等と別に、当健保組合専用の申請書提出が必要ですので、速やかに次の書類を提出してください。

1. 健康保険被扶養者（新規・異動）届
2. 健康保険証（該当する家族のもの）

提出先：各会社の人事総務部門

詳しくは当健保組合ホームページ**「家族の加入・脱退について」**をご覧ください。

2023年6月より

被扶養者資格調査

を実施します

ご家族を新たに健康保険の扶養家族（被扶養者）にするとき、当健保組合では健康保険法に基づいた厳正なる審査を行っておりますが厚生労働省の指導※1により、認定された被扶養者についても資格調査を毎年実施することが義務づけられています。

当健保組合では、生活実態の変化が多い配偶者の方を中心に2グループに分けて調査を実施しています。

2023年度につきましては、下記要領にて実施しますので、皆様にはお手数をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

※1　健康保険法施行規則第50条／厚生労働省保険局長通知第1029004号／厚生労働省保険局保険課長通知第1029005号

調査方法

お手元に「健康保険被扶養者確認調書」が届きましたら、必要事項をご記入の上、各種証明書等を添付し、返信用封筒にて提出期日までにご提出ください。提出期日に間に合わない場合や提出書類不備等の場合は、2023年10月1日付で被扶養者の資格が無効となり、保険証が使えなくなりますのでご留意ください。

◆被扶養者資格調査を「株式会社　法研」へ委託しています。委託にあたっては、個人情報保護に関する契約を締結し、適切な管理・監督を行っています。

2023年度の調査対象者

❶**コニカミノルタグループ会社に本籍のある従業員が扶養している配偶者**

（コニカミノルタ（株）に本籍のある従業員が扶養している配偶者について2023年度は調査対象外）

❷**配偶者以外の年齢25歳以上（2023年4月1日現在）の子・父母・その他親族**

❸**2022年度に海外駐在より帰国した従業員が扶養している年齢25歳以上の方**

（海外駐在者は調査対象外の為、帰国した翌年に調査を実施）

❹**上記以外の被扶養者で当健保組合が調査対象と判断した方**

提出書類

❶健康保険被扶養者確認調書・・・2023年6月に配布

❷世帯全員分の住民票

❸調査対象者の2022年度の収入証明書・・・（非）課税証明書、確定申告書など、無収入でも必要

❹調査対象者の2023年度の収入証明書・・・給与明細など、前年度が無収入の方は不要

❺その他・・・調査対象者の生活状況によって上記以外に提出書類が追加となる場合がありますので、詳細は配布される実施要領をご参照ください

提出期日

2023年7月21日（金）

「健康保険被扶養者確認調書」は2023年6月中旬にご自宅へ配布します。
転居等され、当健保組合へ届出をされていない方は「住所変更届」の提出をお願いいたします。

例年、正当な理由がないまま、提出書類を提出期日までに送付されない方がいます。この場合、「被扶養者として認定されることを希望していない」と判断し、法令により2023年10月1日付で被扶養者の資格が無効となり、保険証が使えなくなりますのでご留意ください。

詳細は配布される「被扶養者資格調査の実施要領」または当健保組合ホームページをご覧ください。

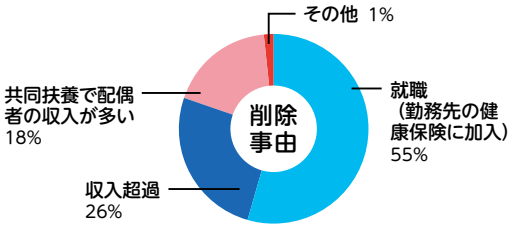
2022年度　被扶養者資格調査の結果報告

2022年度に実施した被扶養者資格調査に、ご理解とご協力をいただきましてありがとうございました。

調査を行った被扶養者の数:2,102名

資格調査で削除された被扶養者の数:66名

◆就職や収入増加によりご家族の状況が変わったときには、当健保組合へ「健康保険被扶養者（新規・異動）届」の提出と「保険証」の返却をお願いいたします。



公告996号 令和5年度予算

コニカミノルタ健康保険組合　理事長　大西邦彦

去る2月17日に開催された第213回組合会にて、令和5年度事業計画と収入支出予算が決定いたしました。

■予算の概要

一般勘定

❶ 経常収支は対前年より悪化し12.3億円の赤字

令和5年度は、保険料収入はやや増加しますが、経常収支は令和4年度見通し（5.1億円の赤字）から悪化し、12.3億円の赤字予算となります。

❷ 納付金・支援金は前期比6.9億円の増加

増加の一途をたどる高齢者医療費を社会全体で支える観点から、相対的に所得が高く医療費の低い現役世代が多く加入する健康保険組合が拠出する納付金・支援金は、34.7億円となります。
当健保組合の前期高齢者（65～74歳の方）の総医療費は平成30年度から上昇傾向にあり、令和2年度ではコロナ禍の受診控えの影響により一時的に減少しましたが、令和3年度では再び増加に転じました。前期高齢者納付金は、2年前の当健保組合の前期高齢者医療費に応じて算出されるため、令和5年度は前期比4.3億円増加する見込みです。また、令和5年度加入者の総年収見込額の増加に連動して、後期高齢者支援金も2.6億円増加する見込みです。

❸ 保健事業費は可能な範囲で抑制

将来の医療費抑制に向けた先行投資との位置づけで、保健事業費を計上していますが、令和5年度収支状況を踏まえて4.4億円に抑制した上で、疾病の早期発見・早期治療⇒重症化防止⇒総医療費抑制につながる実効的な対策に注力していきます。

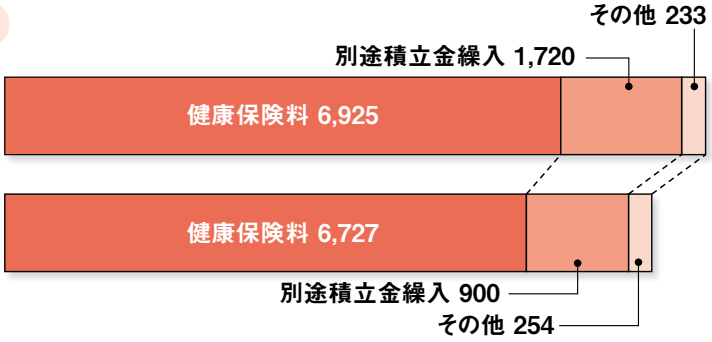
❹ 保険料率は据え置き

収支悪化が見込まれますが、過去の蓄積である別途積立金の取り崩しにより、健康保険料率は84/1000を維持します。

収入（単位:百万円）

令和5年度予算
収入合計　8,878
経常収入 計　6,959

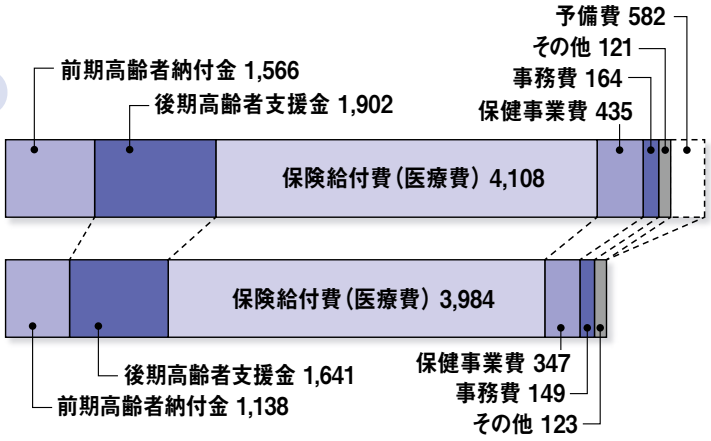
令和4年度見通し
収入合計　7,881
経常収入 計　6,761



支出（単位:百万円）

令和5年度予算
支出合計　8,878
経常支出 計　8,184

令和4年度見通し
支出合計　7,382
経常支出 計　7,269



予算の基礎となった数値

- 被保険者数 12,600人（▲35人）
- 標準報酬月額 433,000円（4,181円）
- 扶養率 1.00（0.004）
- 健康保険料率 84/1000

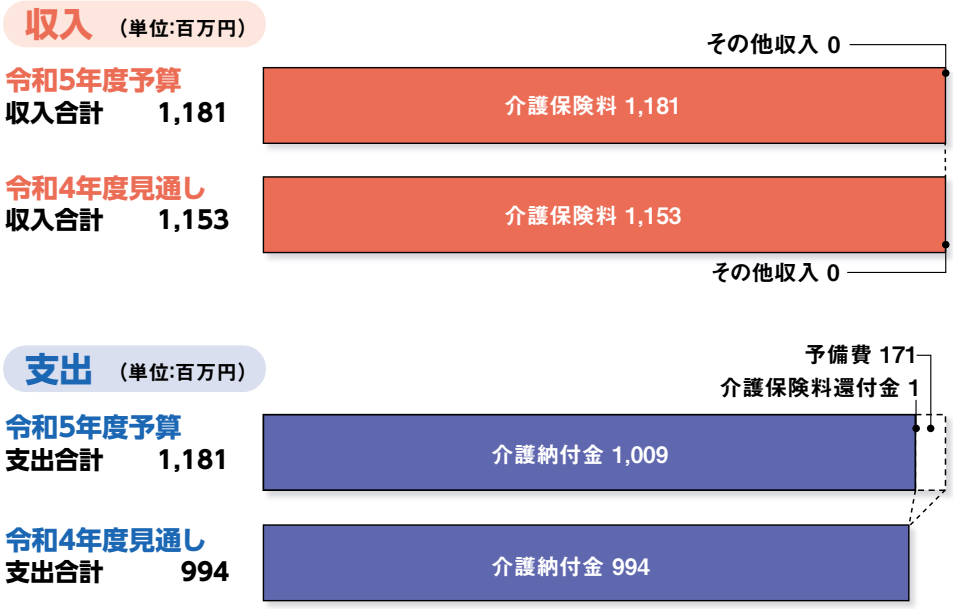
（ ）は令和4年度見通しからの増減

使用しなかった場合は別途積立金へ繰り入れ

介護勘定

❶ 介護保険料率は18/1000を維持します。

令和3年度から介護保険料を引き上げさせていただいたことで、令和5年度の経常収支は171百万円の黒字の見込みですので、令和5年度は現行の保険料率18/1000を維持します。
今後も日本の介護対象者の増加により、納付金の増加が続きますが、令和6年度までは保険料を引き上げる必要はない見通しです。



予算の基礎となった数値

- 納付金算出対象者数 12,690人（▲218人）
- 介護保険料徴収者数 9,100人（▲38人）
- 標準報酬月額 464,000円（4,097円）
- 介護保険料率 18/1000

（ ）令和4年度見通しからの増減

使用しなかった場合は準備金へ繰り入れ

公告997号 令和5年度保険料率

コニカミノルタ健康保険組合　理事長　大西邦彦

令和5年度保険料率は下記のように決定しました。

健康保険料＝基本保険料＋特定保険料＋調整保険料　（単位:1/1000）

保険料の種類		被保険者	事業主	計
健康保険料	基本保険料	16.962	24.338	41.300
	特定保険料	17.004	24.396	41.400
	調整保険料	0.534	0.766	1.300
	計	34.500	49.500	84.000
介護保険料		9.000	9.000	18.000

- 基本保険料とは、保険給付費、保健事業費、事務費を支払うための基本的な保険料
- 特定保険料とは、国民皆保険の医療制度を維持するための財政支援（納付金・支援金）に充てる保険料
- 調整保険料とは、全国の健康保険組合が共同で取り組んでいる助成事業の財源になる保険料

※健康保険料は、事業主から受ける毎月の給料などの報酬を区切りのいい幅で区分した標準報酬月額に各保険料率を乗じて決められます。
詳しくは、当健保組合ホームページ「健保のしくみ－当組合の保険料」にてご確認ください。

公告998号 任意継続被保険者の標準報酬月額

コニカミノルタ健康保険組合
理事長　大西邦彦

令和5年度任意継続被保険者に適用する当組合の平均標準報酬月額は下記のように決定しました。

区分	平均標準報酬月額	健康保険料月額上限	介護保険料月額上限
任意継続被保険者	440,000円	36,960円（標準報酬月額×84/1000）	7,920円（標準報酬月額×18/1000）

※任意継続被保険者の保険料額は、退職時の標準報酬月額か、当組合の平均標準報酬月額のどちらか低い方に、保険料率を掛けた額となります。

加入者全員

2023年度から 胃がん検診内容が変更になります

これまで胃内視鏡検査の受診については、ABC検診結果に応じた頻度としていましたが、世間一般やKM健保組合における胃がん罹患状況、ABC検診・胃内視鏡検査実績などを長期に渡り分析・評価した結果、2023年度から以下のとおり変更いたします。検査費用は従来どおり全額健保負担となりますので、変更点をご理解いただいた上で、早期発見・早期治療の観点から、対象年度における確実な受診をお願いいたします。

■ 胃がん検診の変更ポイント

- 胃がん検診を胃内視鏡検査に統一し、ABC検診は廃止する。
- 胃内視鏡検査の受診基準をABC検診結果から年齢基準に変更し、「50歳以上」と「40～49歳」の2区分で運用する。
- 胃がんの罹患リスクが急速に高まる50歳以上は、国の推奨基準を踏まえて2年に1回の受診とする。

■ 胃内視鏡検査の受診基準

〈2022年度までの基準〉

ABC検診結果	受診頻度
B、C、D、E判定	36歳以降の偶数年齢(2年毎)
A判定	40、45、50、55、60歳時(5年毎)

〈2023年度からの基準〉

対象年齢 (基準日は当年度4/1)	受診頻度
50～74歳まで	偶数年齢の年(2年毎)
40～49歳まで	40、45歳時(5年毎)
40歳未満	受診対象外

※40歳、45歳時の5年毎の受診については、数年の経過観察期間を設け、その間の罹患者数、受診率、費用面等を踏まえて、存続の是非を判断いたします。
※受診対象年度以外で受診した場合は全額自己負担となり、翌年度への繰越はできません。

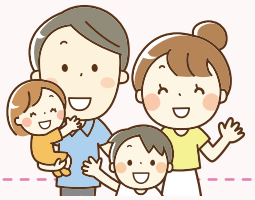
被扶養者・任意継続者向け

2023年度健康診断 「けんぽ共同健診」のお知らせ

2023年度「けんぽ共同健診」の申込が始まります(2023年4月19日～)

35～74歳までの被扶養者・任意継続の方へ案内冊子をお送りします。(5月中旬より順次発送)
お手元に届きましたら、早めの予約・受診をお願いいたします。

※案内冊子は2023年4月1日時点ご加入の方へ送付いたします。以降に加入された方で受診希望の方は、健保組合までご連絡ください。



健診はなぜ必要なの?

健康診断の目的は、『健診結果から**生活習慣の改善・病気を予防**すること』と『**病気を早期に発見し早期治療につなげること**』です。

● 早期発見・早期治療のメリット ●

メリット その1 定期的な受診は、早期発見・治療につながり、高い治癒率が望めます。

メリット その2 重症化する前の治療開始により、体力・メンタル・時間・治療費の負担が軽減されます。

年に1回の受診がとても重要です!

何らかの異常で「がん化」した1つの細胞が分裂を繰り返し増えていき、1センチの大きさのがん(X線検査で目視できるサイズ)になるまで**約300日**かかると言われています。初期段階では自覚症状がほとんどありませんので、**年1回**の受診がとても重要です。

コニカミノルタ健康保険組合　夏期&冬季休暇のお知らせ

休暇中はご不便をおかけいたしますが、ご理解の程、よろしくお願い申し上げます。

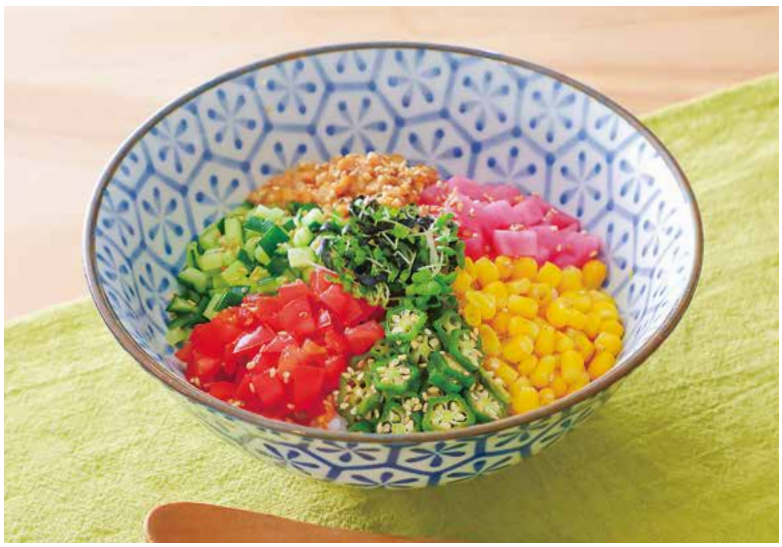
夏季休暇	冬季休暇
2023年8月3日（木）～8月7日（月） 2023年8月11日（金）～8月17日（木）	2023年12月28日（木）～2024年1月3日（水）

食で元気に！
からだ喜ぶ健康レシピ

糖質を制限する レシピ

7色かやくご飯

料理：
本多京子先生
（医学博士・管理栄養士）



ご飯やパン・麺類などの糖質の多い食品は、食物繊維の多い野菜や豆類・きのこ・海藻などと合わせて摂るようにしましょう。噛み応えのある食材をプラスするとよく噛んで食べるようになるため、食後の血糖値の上昇が穏やかになり、肥満予防につながります。

1人分　332 kcal　塩分　1.4 g

材料（2人分）

ひきわり納豆（たれ・辛子付き）	2パック（30g×2個）
オクラ	5～6本（50g）
きゅうり	1本（80g）
ミニトマト	6個（60g）
冷凍コーン	大さじ4（40g）
赤かぶの漬物（たくわんでも可）	60g
ブロッコリースプラウト	少々
焼きのり（細切り）	少々
白ごま（炒り）	少々
ご飯	小どんぶり2杯（300g）

作り方

1. オクラは塩もみしてさっと茹でてから小口切りにし、きゅうり、ミニトマト、赤かぶの漬物は5～6ミリ角に切る。
2. 納豆は添付のたれと辛子を混ぜておく。
3. 冷凍コーンは水かぬるま湯をかけて戻しておく。
4. どんぶりにご飯を盛り、①②③を放射状にのせ、ブロッコリースプラウト、焼きのり、白ごまを散らす。

糖質が少ない食品は？

葉物野菜／海藻類・きのこ類／肉類／魚介類／卵
お茶・コーヒー など

無料電話相談（健康・育児・介護等）　0120－330－738　［リソルのライフサポート倶楽部 16桁の会員番号が必要］

発行/コニカミノルタ健康保険組合　〒192-0032　東京都八王子市石川町2970　☎042(642)9311　発行責任者/常務理事
健保ホームページ　https://www.konicaminolta-kenpo.or.jp/
制作／(株)プライムステーション